График работы

ЦТ ГТО на IV квартал 2017 года на территории МО МР «Печора»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид норматива** | **Место приема**  **нормативов** | **Период приема нормативов** | **Дата и время приема нормативов** | **Ответственные лица** |
| **МО МР «Печора»** | | | | |
| - Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз);  - Рывок гири 16 кг (количество раз);  - Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже, а также от уровня скамьи – см);  - Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз);  - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз);  - Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту);  - Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз). | МАУ «СОК «Сияние севера»  г. Печора, ул. Социалистическая, 92 Б | 01, 08, 15, 22, 29 октября | 10:00-16:00 | Пшеничко Евгений Евгеньевич |
| 05, 12, 19, 26 ноября |
| 03, 10, 17, 24 декабря |
| Спортивный зал учебного комплекса №1  ГПОУ «ППЭТ»,  г. Печора,  Печорский пр-кт, 3 | 02, 05, 18 октября | 15.00-17.00 | Нагаев Валерий Николаевич |
| 15, 16, 29 ноября |
| 06 декабря |
| - Бег на 100 м, 2 км, 3 км (с);  - Прыжок в длину с разбегу (см);  - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами  - Метание спортивного снаряда весом 500 и 700 г  - Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с) | Городской стадион  г. Печора, ул. Социалистическая, 47 А | 01 08, 15 октября | 11:00 – 13:00 | Пшеничко Евгений Евгеньевич, Нагаев Валерий Николаевич |
| - Бег на лыжах 1, 2, 3 и 5 км (мин, с);  - Передвижение на лыжах 2, 3 и 4 км. | Лыжная база ГПОУ «ППЭТ»  г. Печора, ул. Социалистическая, 51 | 25 ноября,  16 декабря | 11:00 – 13:00 | Пшеничко Евгений Евгеньевич |
| Лесопарковая зона по ул. Чехова | По погоде | По назначению | Нагаев Валерий Николаевич |
| - Плавание 10, 15, 25 и 50 м. | Дворец спорта им. И.Е. Кулакова (бассейн) г. Печора, Печорский пр-кт, 31а | 29 октября,  26, 29 ноября | 9:30 – 10:30 | Пшеничко Евгений Евгеньевич |
| Бассейн МОУ «СОШ№10»  г. Печора  ул. Комсомольская, 27 | 25-26 октября  20-21 декабря | По назначению | Нагаев Валерий Николаевич |
| - Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5, 10 м (мишень № 8, очки) | Федерация стрельбы, тир  г. Печора, ул. Ленинградская, д. 22 (цокольный этаж) | По предварительному согласованию | По предварительному согласованию | Пшеничко Евгений Евгеньевич |
| Спортивный зал учебного комплекса №1  ГПОУ «ППЭТ»,  г. Печора,  Печорский пр-кт, 3 | 11-12, 19 октября  22-23, 30 ноября  13 декабря | 15.00-17.00 | Нагаев Валерий Николаевич |
| Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 5, 10 м (мишень № 8, очки) | МАУ «СОК «Сияние севера»  г. Печора, ул. Социалистическая, д. 92б | По предварительному согласованию | По предварительному согласованию | Пшеничко Евгений Евгеньевич |
| Спортивный зал учебного комплекса №1  ГПОУ «ППЭТ»,  г. Печора,  Печорский пр-кт, 3. | 11-12, 19 октября  22-23, 30 ноября  13 декабря | 15.00-17.00 | Нагаев Валерий Николаевич |